

セルフケアプラン(自己作成居宅サービス計画)の1か月の流れ

翌月分のセルフケアプランを提出
(区の確認後、サービス提供票と
サービス提供票別表を事業者に渡
します。)
《裏面の4を確認してください》

翌月分のセルフケアプランを提出
(区の確認後、サービス提供票と
サービス提供票別表を事業者に渡
します。)

月末になったら、この月に受けた
サービス実績をサービス利用票・
サービス利用票別表に記入し、
区介護保険担当に提出します。

※提出済の計画に変更がある時や、
受けた内容を変更した時は、その
都度変更を反映した計画を区の
介護保険担当に提出してください。

今月

来月

再来月

■■■居宅サービス計画は、実際にその月のサービスを受ける前に事業者と調整し、区介護保険担当の確認を受けてください。■■■
サービスを受けていて変更があったところは検討のうえ、次月の計画に反映させるなど、実際のサービスをふまえたものにしてください。

毎月作成・提出が必要な書類

～セルフケアプランに必要な書類～
(区介護保険担当や事業者へ提出する書類)

初めて計画を作る時、
計画を見直す時に必要な書類

サービス利用票
(区の控え)

サービス提供票
(区の確認後、事業者へ)

サービス利用票
(区の確認後、本人が管理)
※この用紙は、サービス提供
票を含め、3枚セットです。

サービス提供票別表
(区の確認後、事業者へ)

サービス利用票別表
(区の確認後、本人が管理)

ふりかえりシート

①、②

(日常生活の状況から必要
なサービスを確認する用紙
です)

※本人が作成します。

サービス照会票

(主治医、福祉用具専門相談
員など、専門的な立場から
サービスの必要性を確認す
る用紙です。)

※本人から各サービス担当
者に照会した回答内容を、
セルフケアプラン提出時に
添付します。

○書類は、ホームページからダウンロードしていただくか、区の介護保険担当窓口でお渡しします。(サービス利用票・提供票、サービス利用票別表・提供票別表、その他の資料)

セルフケアプラン(自己作成居宅サービス計画)の手順

1 居宅サービス計画の届出

■居宅サービス計画を自己作成することを届出ます。

《届出が必要なとき》

- 計画を初めて作成するとき
- 要支援から要介護（または要介護から要支援）に認定が変わったとき
- 計画作成を居宅支援事業者等が担当することになり、当初の自己作成の届出から内容が変わるとき

★セルフケアプランの届出については、次の書類を作成してください。

- ふりかえりシート①・②
- サービス利用票
- サービス利用票別表

2 計画の作成

■セルフプランを作成します。

《「ふりかえりシート」も使ってこんなところを明確に!》

- どんなサービスを ●どれだけ ●どの事業者で
- サービス利用にかかる具体的な内容を検討し、区の介護保険担当窓口へ提出する書類を作成します。

3 セルフケアプランの提出

■記入したセルフケアプランを区介護保険担当に提出

《提出する書類》

- ふりかえりシート①・②
(できること、支援が必要なことを確認します)
 - サービス利用票
 - サービス提供票
 - サービス利用票別表
 - サービス提供票別表
- (いつ、どの事業者から、どのくらいのサービスを受けるなど、具体的な計画内容を確認します)

《区介護保険で確認後、お渡しするもの》

- サービス利用票
 - サービス提供票
 - サービス利用票別表
 - サービス提供票別表
- ※いずれも、確認印を押したもの

4 利用実績と翌月の計画の提出

■月末を迎え、サービス利用を終えたら、その月に利用した実績を提出しましょう。

《提出する書類》

- サービス利用票
 - サービス利用票別表
- (いずれも、セルフケアプラン提出時に区介護保険担当で確認後、お渡ししたもの)
※セルフケアプランの内容と実際に受けたサービスの内容が変わっている(日時の変更、サービス時間の増など)場合は、改めて(実際に受けた内容の)セルフケアプランを提出してください。

■次の月もセルフプランとする場合は、その計画も提出しましょう。

《翌月の計画内容》

- 2** 及び **3** と同様の手順を進めます。
- ※次月以降にサービスを利用しない場合は、次月分のセルフプランの提出の必要はありません。

5 予 約

■計画にそって自分で事業者を予約します。
※サービス提供を受けたい事業者に連絡し、サービスを受けたい日時を予約します。
予約できた内容については、サービス利用票及び別表を作成します。

6 契 約

■予約した事業者とサービス提供にかかる契約をします。
《事業者へ渡す書類》

- サービス提供票
- サービス提供票別表